

# プログラムの特長

## 講座・アートを通じて

- 自分自身を客観的に見つめる
- 自分の感じたことを語る体験
- 自分の感性を実感できる
- 「自分の感じるままでもいい」という自己肯定の経験
- 心の解放を経験し、新しい思考の可能性に気付く
- 人それぞれ全く異なる作品をつくるのを見、その美しさを感じ、人の話を聞く、他者受容の経験